

令和 7 年 9 月 1 日

第 142 号



朝陽地区別世帯数

○南 屋 島	354 世帯	○石 渡	1,108 世帯
○北 屋 島	185 世帯	○南 堀	1,211 世帯
○北 長 池	1,072 世帯	○北 堀	1,142 世帯
○北尾張部	1,092 世帯	○桜 新 町	354 世帯

合計 6,518 世帯

14,821 人

(令和 7 年 8 月 1 日現在)

☎ 026-243-7251

発行所 長野市立朝陽公民館

発行者 常 田 宗

制 作 (株)一 兔 舎

元気に開催！公民館講座の様子 4～8月



信濃毎日新聞社論説主幹 五十嵐裕さんを迎え、トランプ政権が誕生した背景など時事問題を詳しく解説いただきました。(19名参加)



あいにくの雨模様となりましたが、信州ノルディックウォーキング協会会長の清水さんに指導をいただきながら、楽しく黒姫駅から小古間の4kmを歩きました。(10名参加)

市民講座

あさひ大学



5月26日、29日、6月6日 陶芸サークル「絆」の皆さんを講師としてお迎えし、陶芸講座を開催しました。今回は電動ろくろにもチャレンジマグカップやお皿、小鉢など、各々とても素敵な器が完成しました。(15名参加)

ときめき講座
陶芸にチャレンジ

快楽亭狂志師匠による落語一席「カラオケ病院」「井戸の茶碗」と、かわいらしいお弟子さん、あんず家杏にやさんの小瀬、あんず家杏果さんの「寿限無」をお聴きし、滑稽と人情話に笑い楽しい時間を過ごしました。(25名参加)



7月4日 Green Style Forest 代表の塚田真由さんを講師にお招きして、多肉植物の寄せ植えを行いました。絵の具を使ってオリジナルの鉢を作り、数種類の多肉植物を自由に寄せ植えしました。個性豊かな可愛い寄せ植えが完成しました。(13名参加)

多肉植物の寄せ植え講座



吹矢体験教室 6月12日、19日、26日 「朝陽スポーツ吹矢健康同好会」の皆さんを講師に迎え、3日間に渡る吹矢体験講座を開催しました。基本動作から学び、6mの距離で吹矢に挑戦しました。参加者からは「的が当たると嬉しい」などの声をいただきました。(9名参加)



寺子屋あさひ 7月31日、8月6日 今年の夏休み体験学習は、「野尻湖ナウマンゾウ博物館の見学＆縄文のペンダントづくり」(13名参加)と「英語でサイエンスフルーツポンチをつくる」を実施しました。(18名参加)

寺子屋あさひ



夏のおやき講座 7月11日 「食と農の環つくり」のリーダー、海瀬先生と原先生をお迎えし、夏のおやき講座を開催しました。出来上がったおやきは絶品。やたら、冷や汁も美味しくて、大満足の講座でした。(16名参加)

朝陽公民館運営審議会開催

6月25日(水)に公民館運営審議会が開催され、諮問事項について活発なご意見をいただきました。詳細は、朝陽公民館のホームページをご覧ください。(審議会委員の任期は令和8年5月31日まで)

●朝陽公民館運営審議会委員(敬称略)

- ◎千野 真(朝陽地区社会福祉協議会会長)
◎竹内 一郎(前朝陽地区住民自治協議会会長)
小川 恵美(公民館利用者代表)
水上 淳一(長野市立朝陽小学校校長)
杉本 詔守(青少年育成朝陽地区協議会会長)
白澤えつ子(赤十字奉仕団朝陽分団副委員長)
上原 雪子(朝陽地区更生女性会会長)
高山久美子(朝陽地区主任児童委員)
横田 好文(前朝陽地区社会福祉協議会会長)
◎会長 ◎職務代理(所属団体・役職)

フレイル予防事業

あさイチ健康体操



毎月第2・3・4水曜日の朝、フレイル予防講座を開催しています。朝陽音頭健康体操、ラジオ体操音楽に合わせてリズム体操などを楽しく行っています。激しい運動ではないので安心ください。事前のお申し込み不要ですので、いつでもお気軽にご参加ください。

日時：毎月第2・3・4水曜日
9時～9時30分

場所：朝陽公民館体育館(または和室)
内容：朝陽音頭健康体操、ラジオ体操1・2、リズム体操、脳トレなど

第21回長野市甚句・音頭交流会

6月15日(日)、市内12団体が集結した東部文化ホールにおいて、16名の踊り手に8名のお囃子で総勢24名にて新調した浴衣姿で朝陽音頭を披露しました。



朝陽地区住民自治協議会との共催事業

●朝陽地区敬老会

9月13日(土) 開催予定。
詳細は8月1日付の各戸配布案内をご覧ください。

●朝陽地区球技大会

9月28日(日) 開催予定。
詳細は8月1日付の回覧をご覧ください。

●史跡巡り

11月15日(土)に上越方面で計画しています。

秋からの各種講座の予定

○あさひ大学

●「教養講座 朝陽村の二つの顔」
日時：10月7日(火) 9時30分～11時30分

●「現地学習 秋のノルディックウォーキング」
大座法師池ウォーキングコース

日時：10月28日(火) 9時集合～15時帰館予定

●「現地学習 信州新町美術館・有島生馬記念館・信州新町化石博物館」
日時：11月6日(木) 9時集合～15時帰館予定

※会場は、朝陽公民館分室集会所(朝陽支所2階)です。
※現地学習は、朝陽公民館本館前に集合です。

○ときめき講座

●「長野市スマホ教室」
日時：9月1日(月)、8日(月)

午前部：10時～11時30分、午後部：13時30分～15時

●「紙バンドでつくる素敵なかごバッグ講座Ⅱ」
日時：10月3日(金)、10日(金)
13時30分～15時30分

●「己書(おのれしよ) 体験講座」
日時：10月17日(金)、11月14日(金)、12月12日(金) 14時～16時

●「冬に向けて、身体を整える晩秋の薬膳料理」
日時：11月7日(金) 10時～12時30分

※会場は、いずれも朝陽公民館本館です。

○子育て支援講座 あさひつ子教室

●「Lat Work Cafe おやこのあそびばどんぐりや葉っぱでペタペタ、おやこであきのおよこくをくぐり」
日時：10月17日(金) 10時～11時30分

※会場：朝陽公民館本館2階和室

○秋のコンサート

日時：10月8日(水) 10時～11時30分
出演者：外山 賀野(チェロ) 山中 和子(ピアノ) 羽生田 聖子(フルート)

※会場：朝陽公民館本館体育館

○「フレイル予防講座」バドミントン基礎講座Ⅱ
日時：11月5日(水)、12日(水)、19日(水)、26日(水) 10時～12時

※いずれも申込みが必要です。詳しくは、朝陽地区内回覧のチラシ、ホームページをご覧ください。

成人学校後期受講のお知らせ

○楽しく書くボールペン字

講師：上原 翔雪先生
期間：10月9日～3月12日 毎月第2・4木曜日
時間：13時30分～15時30分(全12回)

※会場：朝陽公民館本館大会議室

受付日：9月3日(水) 午前9時～

受付場所：朝陽公民館本館事務室

受講料：8,000円(受付当日に受講料をお支払いください)
その他：無料で託児を行います(保育士2名)
○他の講座は前期に定員を満たしていますので、後期は欠員が生じた場合に募集します。詳しくは公民館事務室へおたずねください。

令和7年度 朝陽地区

「二十歳の成人式」のご案内

- 1 日時 令和8年1月10日(土)
午前9時30分から
- 2 場所 長野市東部文化ホール
(長野市小島80415)
- 3 対象者 平成17年4月2日～平成18年4月1日に生まれた方で、家族又は本人が朝陽地区に在住の方。

①対象者で、長野市朝陽地区に住民登録をされている方には、11月中旬に案内状をお送りいたします。

②対象者でも、長野市朝陽地区に住民登録をされていない方には案内状は届きません。②に該当する方で、ご出席を希望される場合には、11月以降に朝陽公民館までご連絡の上、QRコードからお申し込みください。

☎026-243-7251



QRコード



感謝

○6月27日の草取りボランティアに参加された11名の皆様、ありがとうございました。
○花川文字さんから玄関内にサツキの盆栽を提供していただきました。
○和田由紀さんから玄関内に紫陽花の切り花を提供していただきました。

わたげ

地球温暖化の影響でしょうか、年々暑みを増す酷暑。何をするにも億劫になりますが、気分転換に公民館講座などに来てみてはいかがでしょうか。酷暑を乗り切る一助にでもなれば。